

AVALIAÇÃO DOS NÍVEIS DE ESTRESSE E DEPRESSÃO EM PROFESSORES DA REDE PÚBLICA DO MUNICÍPIO DE FRANCISCO BELTRÃO - PR

Thalita Basso Scandolaria¹
Evellyn Claudia Wietzikoski²
Adalberto Ramon V. Gerbasí³
Samantha Wietzikoski Sato⁴

SCANDOLARA, T. B.; WIETZIKOSKI, E. C.; GERBASI, A. R. V.; SATO, S. W. Avaliação dos níveis de estresse e depressão em professores da rede pública do município de Francisco Beltrão - PR. *Arq. Ciênc. Saúde UNIPAR*, Umuarama, v. 19, n. 1, p. 31-38, jan./abr. 2015.

RESUMO: As elevadas mudanças nas estruturas sociais e familiares, cada vez mais complexas, bem como a necessidade de novas práticas de inclusão social e de integração escolar vêm exigindo cada vez mais do professor. Essa realidade pode desenvolver estresse, ansiedade e até mesmo depressão nos docentes. É necessário alertar os educadores sobre os perigos que essas enfermidades podem apresentar, tanto na vida profissional quanto na vida pessoal, pois muitos desses profissionais são afastados justamente devido a essas doenças. Suspeita-se que indivíduos estressados estão mais propensos a desenvolver quadros depressivos, então este estudo verificou esta hipótese em professores da rede pública do sudoeste do Paraná. Foi realizado um estudo prospectivo, experimental e longitudinal, com o objetivo de detectar a percentagem de professores da rede pública que apresentam altos níveis de estresse e depressão e alertá-los sobre os problemas decorrentes destas patologias. Foram utilizados dois questionários validados de autopreenchimento para verificar a severidade de distúrbios psiquiátricos não psicóticos, relacionados ao estresse e depressão. Os escores obtidos a partir da somatória das questões respondidas pelos professores no questionário GHQ-12 e no Inventário de Beck foram analisados através dos testes de Kruskal-Wallis e quando possível por ANOVA de uma via, e foram considerados significantes quando o $p \leq 0,05$. Dos 106 professores participantes da pesquisa, 46,2% deles sofrem de algum nível de estresse psicossomático e 21,7% possuem características de depressão. Esses números demonstram a necessidade de uma maior visibilidade da questão e o auxílio a esses profissionais, procurando melhorar a qualidade de vida dessa categoria profissional.

PALAVRA-CHAVE: Depressão; Estresse; Professores; Rede Pública; Educação; Saúde Pública.

EVALUATION OF STRESS AND DEPRESSION LEVELS IN TEACHERS OF PUBLIC SCHOOLS IN THE CITY OF FRANCISCO BELTRÃO - PR

ABSTRACT: The increased changes in the social and familiar structures, more and more complex, as well as the need of new social inclusion and school integration practices, have been demanding even more of the teacher. This reality can develop stress, anxiety and even depression on the lecturer. It is necessary to alert the educators about the risk that these diseases can offer, both for their professional and personal life, since many of these professionals are off work precisely due to these diseases. There is a suspicion that stressed people are more likely to develop depression, so this research evaluated this hypothesis on the public education system in Paraná. A prospective, experimental and longitudinal study was developed, which had the objective of detecting the percentage of teachers from the public education system that demonstrates high stress and depression levels, and warn them about the problems deriving from these pathologies. Two validated self-answering questionnaires were used to verify the severity of the non-psychotic psychiatric disorders, related to psychological stress and depression. The scores obtained from the total sum of answered questions by teachers in the GHQ-12 questionnaire and Beck's Inventory were analyzed through Kruskal-Wallis tests, and, when possible, by one-way ANOVA, and were considered significant when $p \leq 0.05$. From 106 research participants, 46.2% suffer from some level of psychosomatic stress and 21.7% presented characteristics of depression. These numbers show the necessity of a greater visibility of the problem and the assistance to these professionals, seeking to improve their quality of life.

KEYWORDS: Depression; Stress; Teachers; Teaching Network; Education; Public Health.

Introdução

A depressão é considerada um dos distúrbios psiquiátricos mais incapacitantes com alta prevalência afetando mais de 121 milhões de pessoas, de acordo com a Organização Mundial de Saúde (OMS) (APOSTOLO et al., 2011; PITCHOT et al., 2010) e, portanto, constitui um problema de saúde pública. Estudos epidemiológicos preveem que em torno de 20 anos a depressão ocupará o segundo lugar entre as causas de doenças e inépcia no mundo, perdendo apenas para as doenças cardiovasculares (NASCIMENTO; BRITO; SANTOS, 2013). Neste contexto, no Brasil, aproximada-

mente 54 milhões de pessoas terão algum tipo de depressão, em algum momento de suas vidas, sendo que 7,5 milhões terão episódios agudos e graves (NARDI, 2000).

É classificada como um transtorno de humor e/ou afetivo (BATISTA; CARLOTTO; MOREIRA, 2013). O Manual Estatístico e Diagnóstico de Doenças Mentais, quinta edição (DSM-V) e a Classificação Internacional das Doenças (CID-10) são os critérios diagnósticos mais utilizados (JARDIM, 2011).

De acordo com o DSM-V, os critérios para o diagnóstico da depressão baseiam-se na observação clínica dos sintomas que incluem alterações somáticas e cognitivas, tais

DOI: <https://doi.org/10.25110/arqsaude.v19i1.2015.5262>

¹Graduada em Farmácia pela Universidade Paranaense - UNIPAR - Unidade Francisco Beltrão. E-mail: thalitascandolaria@hotmail.com

²Docente da Universidade Paranaense - UNIPAR. Diretora Executiva de Gestão da Pesquisa e da Pós-Graduação da UNIPAR, Pç. Mascarenhas de Moraes, 4282, CEP 87502-210, Umuarama-PR, Brasil. E-mail: evellyn@unipar.br

³Docente da Universidade Paranaense - UNIPAR, responsável pela disciplina de Estatística, Pç. Mascarenhas de Moraes, 4282, CEP 87502-210, Umuarama-PR, Brasil. E-mail: gerbasi@unipar.br

⁴Docente do Curso de Farmácia da Universidade Paranaense - UNIPAR, Pç. Mascarenhas de Moraes, 4282, CEP 87502-210, Umuarama - PR, Brasil. E-mail: swietzikoski@unipar.br

como: 1. humor deprimido; 2. anedonia (perda de interesse ou satisfação em quase todas as atividades); 3. perda ou ganho de peso ou de apetite; 4. insônia ou hipersônia; 5. retardo ou agitação psicomotora; 6. fadiga ou perda de energia; 7. sentimentos de desvalia ou culpa; 8. diminuição da concentração e 9. pensamentos recorrentes de morte ou suicídio. Para o diagnóstico de um episódio depressivo é necessária a constatação de no mínimo cinco entre estes nove sintomas, sendo um deles obrigatoriamente humor deprimido ou anedonia, presentes na maior parte do tempo, com uma duração mínima de duas semanas (AMERICAN PSYCHIATRY ASSOCIATION, 2014). Já o CID-10 apresenta, de forma geral, as depressões classificadas nos grupos F30-F39 (WHO, 1992).

Sabe-se que a depressão está associada à diminuição da produtividade e do desempenho no trabalho, limitando a contribuição que o portador de seus sintomas poderia dar à sociedade, causando um impacto na vida do indivíduo. Além disso, outros estudos têm confirmado a depressão como um dos principais fatores que envolvem a saúde do trabalhador e o seu afastamento das atividades (BATISTA; CARLOTTO; MOREIRA, 2013).

A exposição ao estresse contínuo relacionado ao trabalho, também constitui um importante fator determinante dos transtornos depressivos e de outras doenças, tais como: síndrome metabólica, síndrome da fadiga crônica, distúrbios do sono, diabetes e a Síndrome de Burnout (MUROFUSE; ABRANCHES; NAPOLEÃO, 2005). A Síndrome de Burnout é considerada um tipo de estresse de caráter duradouro vinculado às situações de trabalho, como uma reação à tensão emocional crônica por lidar excessivamente com pessoas, sendo formada por três dimensões independentes, porém relacionadas: exaustão emocional, despersonalização e diminuição da realização pessoal no trabalho (CARLOTTO; PALAZZO, 2006).

Os professores são submetidos a situações de estresse pela pressão a que estão sujeitos no seu dia a dia profissional, já que, em suas atividades pedagógicas, apresentam sentimentos de desilusão, desmotivação e dificuldades em lidar com situações novas requeridas no ambiente educacional. Muitas vezes, enfrentam situações de desrespeito, falta de reconhecimento, defronta-se com prédios mal cuidados, com a falta de material didático e com a violência devido a falta de segurança nas escolas (MARTINS, 2007). Devido a isso, professores necessitam buscar, então, sem apoio, formas de requalificação que se traduzem em aumento não reconhecido e não remunerado da jornada de trabalho (GASPARINI; BARRETO; ASSUNÇÃO, 2005). Com isso, o profissional acaba sendo levado a insatisfação, ao desestímulo e perde a perspectiva de crescimento em seu ambiente de trabalho.

Pesquisas feitas com professoras da rede estadual de uma cidade do interior de São Paulo, utilizando o questionário de Lipp, que avalia níveis de estresse, demonstraram que mais de 50% do grupo enfrentava o estresse, sendo que 80% encontravam-se na fase de resistência, exigindo um esforço do docente em se adaptar as situações cotidianas (JUNIOR; LIPP, 2008). Um estudo semelhante, realizado no estado da Paraíba, avaliou uma amostra de 76 professores de ambos os sexos da rede pública estadual, e, concluiu que 67% dos pesquisados sofriam de sintomas de estresse (MARTINS, 2007). Também no estado da Paraíba, na cidade de

João Pessoa, realizou-se uma pesquisa para avaliar a Síndrome de Burnout, utilizando o questionário MBI-ED - Maslach Burnout Inventory-Educators Survey, versão para professores, adaptado para o Brasil. Dos 265 questionados, obteve-se o resultado de que 8,3% apresentaram níveis elevados de despersonalização, 33,6% alto nível de exaustão emocional e 56,6% alto nível de baixa realização pessoal, podendo concluir que 98,5% dos professores sofrem de algum sintoma de Burnout (BATISTA et al., 2010).

O professor ultrapassou seu papel de ser apenas mediador do processo de conhecimento do aluno, ampliando a missão do profissional para além da sala de aula, já que, além de ensinar, deve participar do planejamento escolar, estendendo-se a família e a comunidade. Devido a isso, é possível perceber que essa classe trabalhadora é um alvo fácil dessas enfermidades, sendo essencial alertá-los e mantê-los informados a respeito, orientando a busca por ajuda profissional quando necessário (GASPARINI, BARRETO, ASSUNÇÃO, 2005).

Suspeita-se que indivíduos estressados estão mais propensos a desenvolver quadros depressivos. Portanto, a presente pesquisa teve por objetivo detectar a percentagem de professores da rede pública que apresentam altos níveis de estresse e depressão, mediante aplicação de questionários de autopsiquiatria, e alertá-los sobre os problemas decorrentes destas patologias.

Material e Método

Tipo de Estudo: Trata-se de um estudo prospectivo, experimental e longitudinal, no qual foram avaliados os níveis de estresse e depressão em professores da rede pública estadual do município de Francisco Beltrão – PR. Neste estudo foram utilizados dois questionários de autopsiquiatria para a coleta de dados. Previamente a sua execução, o projeto foi submetido à análise do Comitê de Ética em Pesquisa da UNIPAR de acordo com a resolução 466/2012 do Conselho Nacional de Saúde e foi aprovado sob o protocolo 626.836, de 24/04/2014.

Instrumentos para coleta de dados: Para avaliação da severidade de distúrbios psiquiátricos não psicóticos, relacionados ao estresse psicológico, foi utilizado o questionário *General Health Questionnaire* (GHQ-12). O GHQ-12 foi traduzido para o português e validado para ser utilizado em pesquisas por Mari e Williams em 1985 (TORQUATO et al., 2010). Para avaliação de indicadores de estado de depressão foi utilizado o Inventário de Beck. O Inventário de depressão de Beck foi criado há quase 50 anos na Universidade da Pensilvânia por Beck et al. (1961) e foi traduzido e validado para o português por Gorestein e Andrade (1998). Possui 21 itens, incluindo sintomas e atitudes em quatro graus de intensidade.

Crítérios de Inclusão: Foram incluídos no estudo todos os professores dos Colégios Estaduais de Francisco Beltrão que se encontraram presentes no dia da aplicação do questionário, sendo eles de ambos os sexos, com idade mínima de 18 anos e que aceitem participar voluntariamente da pesquisa, assinando o termo de consentimento livre e esclarecido (TCLE).

Crítérios de Exclusão: Foram excluídos do trabalho professores que não se encaixarem na faixa etária exigida, ou estavam afastados por licença maternidade, licença saúde, férias

ou aqueles que não aceitaram assinar o TCLE.

Amostra: Este estudo foi realizado em uma amostra de 106 participantes, de um total de 500 professores da rede estadual de Francisco Beltrão – PR, que se enquadraram nos critérios de inclusão deste estudo.

Procedimento Metodológico: Para a avaliação dos níveis de estresse e depressão dos professores a aplicação dos questionários foi realizada em dia e horário em que foram agendadas reuniões com o corpo docente. A direção dos colégios foi contatada previamente. Antes de distribuir os instrumentos foram esclarecidos os objetivos da pesquisa, a importância da colaboração ao ensino e à pesquisa do tema, bem como a identificação e o encaminhamento dos casos detectados no presente estudo. Foi ressaltada a importância do silêncio e da concentração para a garantia de melhores resultados, de não ser deixada nenhuma questão sem resposta e que, em caso de dúvidas, o pesquisador presente deveria ser requisitado. Foram informados os procedimentos para o preenchimento dos formulários e os professores detectados com depressão e/ou estresse receberiam seus resultados individualmente mediante um feedback, lacrado e nomeado, entregue à direção para que estas repassasse. Também foi informado que a atividade era uma tarefa simples, sem prejuízos nem custos, garantindo o anonimato.

Processamento e Análise dos Dados: Os dados analisados nos questionários foram digitados e tabulados, sendo realizado uma análise descritiva. Os escores obtidos a partir da somatória das questões respondidas pelos professores no questionário GHQ-12 e no Inventário de Beck foram analisados através dos testes de Kruskal-Wallis e quando possível por ANOVA de uma via, e foram considerados significantes quando o $p \leq 0,05$.

Resultados

Características dos indivíduos participantes da pesquisa

A amostra em estudo foi constituída por 106 (100%) participantes de ambos os sexos, sendo 89 (84%) do sexo feminino e 17 (16%) do sexo masculino. Em relação à faixa etária, os participantes apresentavam idade mínima de 19 e máxima de 69 anos (média \pm EPM de $40,3 \pm 0,94$ anos). É possível observar na tabela 1 que a faixa etária predominante foi de 40 à 49 anos (47%), seguida de 30 à 39 anos (24%). Dos participantes, no estudo, verificou-se que 74 (70%) são casados e 53 (50%) lecionam no ensino Fundamental e Médio, sendo que 43% lecionam no período matutino e vespertino.

Tabela 1: Variáveis demográficas dos professores participantes da pesquisa - Francisco Beltrão-PR, 2014.

Variável (n=106)	N	Porcentagem (%)
Sexo		
Feminino	89	84,0
Masculino	17	16,0
Idade		
19 – 29 anos	16	15,0
30 – 39 anos	25	24,0

40 – 49 anos	50	47,0
50 – 59 anos	12	11,0
60 – 69 anos	3	3,0
Estado Civil		
Solteiro (a)	20	19,0
Casado (a)	74	70,0
Divorciado (a)	12	11,0
Série que Leciona		
Ensino Fundamental	28	26,4
Ensino Fundamental e Médio	46	43,4
Ensino Médio	32	30,2
Período que Leciona		
Matutino	10	9,0
Vespertino	7	7,0
Noturno	3	3,0
Matutino/ Vespertino	46	43,0
Matutino/ Noturno	13	12,0
Vespertino/ Noturno	2	2,0
Matutino/ Vespertino/ Noturno	25	24,0
Total	106	100,0

Avaliação dos níveis de estresse em professores das escolas da rede pública de ensino de Francisco Beltrão-PR

Para avaliar os níveis de estresse dos professores das escolas da rede pública de ensino foi utilizado um questionário composto por 12 perguntas, o GHQ-12. Neste questionário, os indivíduos escolheram entre 4 respostas que melhor correspondiam aos seus sentimentos atuais. A interpretação dos resultados foi obtida por meio da pontuação atribuída para cada resposta do indivíduo. Assim, para as respostas 1 ou 2 foi atribuído o valor de zero ponto e para as respostas 3 ou 4 o valor de um ponto. O escore final foi quantificado a partir do somatório obtido nas 12 questões de cada indivíduo.

O sujeito que pontuou valores de 0 a 2 não apresenta alterações psicossomáticas relacionadas ao estresse. Já aquele que pontuou de 3 a 4 apresenta desconfiança no desempenho, sendo evidenciado pela dificuldade de aprendizagem ou execução de tarefas. A pontuação de 5 a 6 revela estresse psíquico, enquanto as pontuações de 7 a 8 estão relacionadas a ansiedade. Pontuação de 9 a 10 está relacionada ao desejo eminente de morte e de 11 a 12, presença de distúrbios psicossomáticos.

Na tabela 2 são observados os escores obtidos a partir das respostas dos professores no GHQ-12. A análise realizada pelo teste de Kruskal-Wallis ($H=89,0$) demonstrou diferença significativa ($p < 0,00001$) revelando que a maioria dos professores pesquisados (53,8%) encontra-se no grupo sem alteração psicossomática.

Tabela 2: Avaliação dos níveis de estresse dos professores das Escolas da Rede Pública de Ensino de Francisco Beltrão-PR, de acordo com o *General Health Questionnaire* (GHQ-12).

Estresse Psicossomático	N	Porcentagem (%)
Sem Alteração psicossomática	57	53,8*
Desconfiança no desempenho	17	16,0
Estresse psíquico	11	10,4
Ansiedade	12	11,3
Desejo de morte/Distúrbios Psicossomáticos	9	8,5
Total	106	100,0

* Kruskal-Wallis ($H = 89,0$), $p < 0,00001$ comparado aos demais grupos.

A figura 1 apresenta os resultados obtidos após a aplicação do questionário GHQ-12 nos professores agrupados por faixa etária. Apesar da ANOVA de uma via ($F(4,101) = 1,44$; $p = 0,22$) não ter evidenciado diferença estatisticamente significativa, é possível observar que os indivíduos das faixas etárias de 30-39, 40-49 e 50-59 apresentam alteração no desempenho e estresse psíquico.

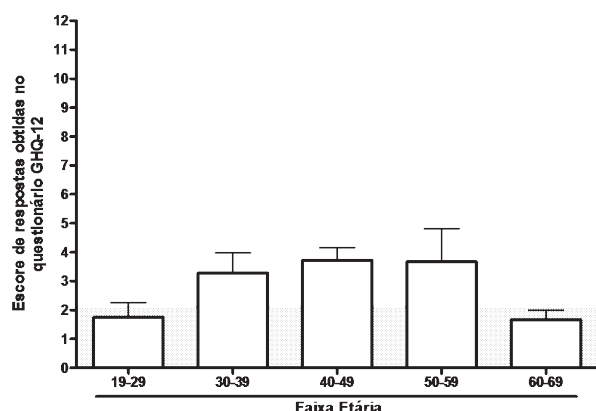


Figura 1: Escore de respostas obtidas após aplicação do questionário GHQ-12, que avalia os níveis de estresse psíquico, de professores de Escolas da Rede Pública de Francisco Beltrão, de acordo com a faixa etária. Os dados expressam a média \pm EPM, nenhuma diferença estatística foi evidenciada pela ANOVA de uma via.

Como é possível observar, a figura 2 demonstra os resultados dos participantes separados de acordo com o período de trabalho. Assim como na figura 1, nenhuma diferença significativa foi encontrada após a aplicação da ANOVA de uma via ($F(6,99) = 0,76$; $p = 0,59$). Entretanto, vale ressaltar que independente do período de trabalho todos os indivíduos apresentaram escores que evidenciam déficit de desempenho e estresse psíquico.

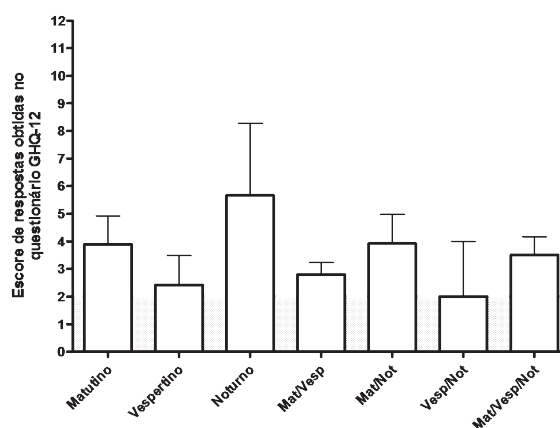


Figura 2: Escore de respostas obtidas após aplicação do questionário GHQ-12, que avalia os níveis de estresse psíquico, de professores de Escolas da Rede Pública de Francisco Beltrão, de acordo com o período de trabalho. Os dados expressam a média \pm EPM, nenhuma diferença estatística foi evidenciada pela ANOVA de uma via. Mat: matutino, Vesp: vespertino, Not: noturno.

A figura 3 demonstra os resultados dos participantes agrupados conforme a série no qual lecionam as disciplinas. A ANOVA de uma via não demonstrou nenhuma diferença significativa ($F(2,103) = 1,66$; $p = 0,19$), apesar de serem observados escores que evidenciam déficit de desempenho e estresse psíquico independente da série trabalhada.

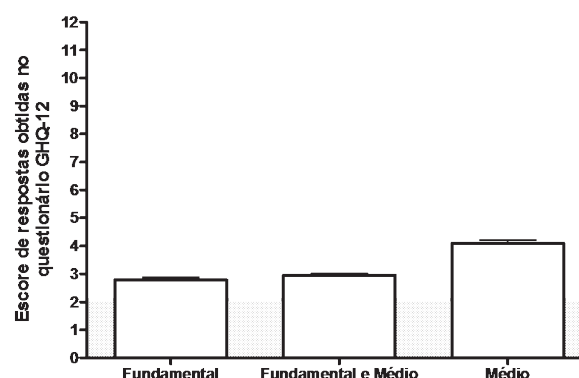


Figura 3: Escore de respostas obtidas após aplicação do questionário GHQ-12, que avalia os níveis de estresse psíquico, de professores de Escolas da Rede Pública de Francisco Beltrão, agrupados de acordo com série no qual lecionam as aulas. Os dados expressam a média \pm EPM, nenhuma diferença estatística foi evidenciada pela ANOVA de uma via.

Avaliação dos indicadores de estado de depressão em professores das escolas da rede pública de ensino de Francisco Beltrão-PR

Para avaliar os indicadores de estado de depressão dos professores das escolas da rede pública de ensino de Francisco Beltrão foi utilizado um questionário de autorelato com 21 itens de múltipla escolha, o Inventário de depressão de Beck. O questionário consiste em avaliar a severidade de episódios depressivos referentes ao atual momento do sujeito e quantificar em uma escala de 4 pontos de intensidade (0 a 3). Os escores variam de zero até 63, em que o zero indica não existir nenhum traço de depressão, enquanto o escore mais alto indica maior gravidade da depressão. O guia de interpretação é o que se segue: (a) 0 = pontuação mínima, sem

depressão ou depressão mínima; (b) 10 à 16 = indica estado de depressão leve à moderada; (c) 17 à 29 = compreende um estado de depressão moderada à grave; e (d) 30 à 63 = indica um estado de depressão severa.

Na tabela 3 são observados os escores obtidos a partir das respostas dos professores no Inventário de Depressão de Beck. A análise realizada pelo teste de Kruskal-Wallis ($H=54,5$) demonstrou diferença significativa ($p < 0,0001$) revelando que a maioria dos professores pesquisados (78,3%) encontra-se no grupo com depressão mínima ou sem depressão, que se caracteriza pelo indivíduo ainda conseguir fazer a maioria das suas atividades diárias normalmente (GIAVONI et al., 2008).

Tabela 3: Avaliação dos indicadores de estado de depressão dos professores das Escolas da Rede Pública de Ensino de Francisco Beltrão-PR, de acordo com o Inventário de Depressão de Beck

Depressão	N	Porcentagem (%)
Mínima	83	78,3*
Leve	14	13,2
Moderada	8	7,5
Severa	1	0,9
Total	106	100,0

* Kruskal-Wallis ($H = 54,5$), $p < 0,0001$ comparado aos demais grupos.

A figura 4 apresenta os resultados obtidos após a aplicação do Inventário de Beck nos professores agrupados por faixa etária. A ANOVA de uma via seguida pelo *post-hoc* de Duncan demonstrou que os grupos etários de 30-39 e de 40-49 anos apresentaram escores mais elevados no Inventário de Depressão de Beck e que foi significativo comparado ao grupo etário de 60-69 anos ($F(4,101) = 2,39$; $p < 0,05$).

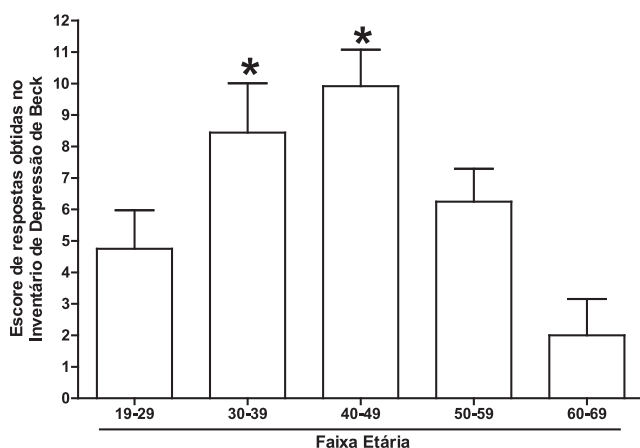


Figura 4: Escore de respostas obtidas após aplicação do Inventário de Depressão de Beck, que avalia os indicadores de depressão, de professores de Escolas da Rede Pública de Francisco Beltrão, agrupados de acordo com a faixa etária. Os dados expressam a média \pm EPM, ANOVA de uma via, seguida do *post hoc* de Duncan, * $p < 0,05$, comparado ao grupo 60-69 anos.

Ao verificar o período de trabalho dos participantes

da pesquisa, é possível observar que não houve diferenças significativas entre os grupos após a análise por ANOVA de uma via ($F(6,99) = 0,87$, $p = 0,51$), conforme demonstrado na figura 5.

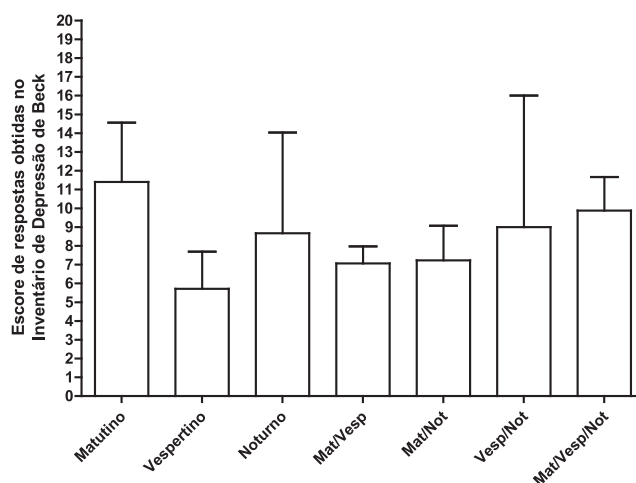


Figura 5: Escore de respostas obtidas após aplicação do Inventário de Depressão de Beck, que avalia os indicadores de depressão, de professores de Escolas da Rede Pública de Francisco Beltrão, agrupados de acordo com o período de trabalho. Os dados expressam a média \pm EPM, nenhuma diferença estatística foi evidenciada pela ANOVA de uma via. Mat: matutino, Vesp: vespertino, Not: noturno.

A figura 6 demonstra os resultados dos participantes agrupados conforme a série no qual lecionam as disciplinas. A ANOVA de uma via não demonstrou nenhuma diferença significativa ($F(2,103) = 1,44$; $p = 0,24$).

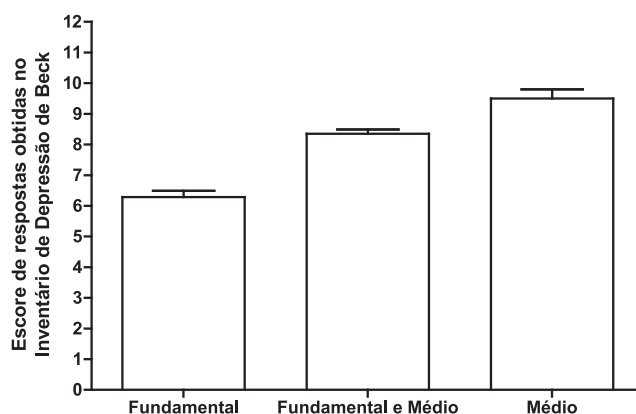


Figura 6: Escore de respostas obtidas após aplicação do Inventário de Depressão de Beck, que avalia os indicadores de depressão, de professores de Escolas da Rede Pública de Francisco Beltrão, agrupados de acordo com série no qual lecionam as aulas. Os dados expressam a média \pm EPM, nenhuma diferença estatística foi evidenciada pela ANOVA de uma via.

Discussão

Sabe-se que o exercício profissional da docência representa uma ocupação com elevada natureza estressante. As exigências impostas a este profissional extrapolam sua carga de trabalho dentro da instituição escolar, sendo um fator primordial para o desenvolvimento do estresse e depressão, pois além de muitos possuírem carga horária semanal

elevada (40h), ainda há a preparação de aulas, correção de trabalhos, reuniões, planejamentos, conversa com os pais de alunos, etc., tornando-se também um trabalho extraescolar (ZORKOT, 2011; FIORIN; MESSIAS; BILBAO, 2013; BRAUN; CARLOTTO, 2014).

Embora exista a Lei de Diretrizes e Bases da Educação (Lei nº. 9394/96) para garantir carga horária exclusiva para a realização destas atividades, na prática ela não é suficiente (SANTOS; MARQUES, 2013). É consenso na literatura que parte dos problemas enfrentados pelos professores que contribuem de maneira cumulativa para morbidade referem-se ao número excessivo de alunos em classe, jornadas extenuantes, acúmulo de responsabilidades transferidas à escola, desgaste na capacidade de trabalho e a desvalorização do magistério (LEITE; SOUZA, 2007).

Os resultados desta pesquisa demonstram claramente alteração no desempenho e estresse psíquico dos entrevistados independente da faixa etária, período de trabalho e série no qual lecionam as disciplinas (figuras 1, 2 e 3). Dados semelhantes foram observados em uma pesquisa realizada por Gomes et al. (2010) com 689 professores portugueses que demonstrou que 40% acreditavam que a profissão era muito exigente e estressante e 38% obtiveram níveis significativos de estresse. Neste estudo, os professores referiram-se ao comportamento dos alunos como um dos agravantes a esta tensão, assemelhando-se a resultados obtidos em outras pesquisas (AMORIM et al., 2013). Apesar de nesta pesquisa não ter sido o objetivo detectar as causas do estresse e depressão, foi relatado pelos participantes situações semelhantes ao estudo de Gomes et al. (2010), sugerindo o comportamento dos alunos e excesso de tarefas como as prováveis causas da alteração no desempenho e estresse psíquico observados nos resultados desta pesquisa.

Outro estudo feito por Carlotto (2010) aponta que docentes do ensino médio apresentam uma maior probabilidade de desenvolver a Síndrome de Burnout devido as características da faixa etária com que trabalham (adolescência), pois é nela que ocorrem os maiores conflitos na relação professor-aluno, sendo frequente as queixas relacionadas ao comportamento. No presente trabalho foi possível verificar a veracidade deste fato, podendo ser observado nos resultados encontrados nas figuras 3 e 6, que tratam dos níveis de estresse e depressão, respectivamente, onde docentes que lecionam apenas para o ensino médio obtiveram uma tendência de valores superiores comparado aos valores obtidos no ensino fundamental e fundamental/médio.

Gomes et al. (2010) encontrou o mesmo resultado em sua pesquisa e concluiu que quanto maior a carga horária realizada e o número de alunos em sala, essa distância aluno-professor tende a aumentar conjuntamente com a exaustão emocional/estresse e há uma diminuição do sentimento de realização profissional do docente. Esta situação acaba por prejudicar não apenas a saúde mental e física do educador, mas também ao aluno e a instituição escolar, podendo acarretar até mesmo no abandono da profissão pelo professor (LEMOS, 2009; MOREIRA et al., 2013). Na Malásia, uma pesquisa com 580 professores de ensino secundário investigou a prevalência de estresse e fatores associados que podem contribuir com este quadro. Os resultados demonstraram que 197 professores possuem níveis de estresse de moderado a severo. Também indicou que a idade, anos de experiência

profissional e as demandas psicológicas da profissão, como habilidade, suporte e poder de decisão foram significativamente associados ao estresse, explicando 3% da variação do nível de estresse (HADI et al., 2009). Analisando estes estudos anteriores e os resultados obtidos nesta pesquisa, é possível observar que ambos são semelhantes no que diz respeito aos níveis de estresse, evidenciando o problema.

É importante notar que a maioria dos docentes participantes do presente estudo é, em sua grande maioria, mulheres, valor que pode ser atribuído à expansão do sistema educacional que se iniciou no país na metade do século XX. Nesta época a docência era considerada própria das mulheres devido a sua similaridade com o trabalho educativo da mãe para com os filhos (SERVILHA; PEREIRA, 2008). Além disso, a média da faixa etária foi de 40 anos, índices que se assemelham as pesquisas feitas por outros autores (CARLOTTO, 2010; GOMES et al., 2010; AMORIM et al., 2013; SANTOS; MARQUES, 2013). Pode-se concluir, também, com base na figura 1 e da figura 4, que o tempo de docência está bastante relacionado a um nível de estresse e depressão mais elevado. Segundo Monteiro, Dalagasperina e Quadros (2012), algumas pesquisas indicam que os níveis mais elevados de estresse/burnout se deram entre os 41 e 50 anos, sendo estes resultados condizentes com o obtido neste estudo. Este fato é preocupante, pois os dados sugerem que na medida em que professores consolidam-se profissionalmente e avançam na carreira, a sua saúde e qualidade de vida tendem a ficar comprometidas, caracterizando o trabalho docente como um fator prejudicial à saúde ao passar dos anos.

O objetivo desta pesquisa foi verificar a existência da depressão e estresse em professores da rede estadual e uma correlação desses fatores, pois, segundo dados obtidos por meio da Associação dos Trabalhadores em Educação do Paraná (APP-Sindicato) possíveis de serem acessados no seu endereço eletrônico, um Relatório Estatístico de Doenças da Secretaria Estadual de Administração e Previdência (Seap) apontou que, no ano de 2012, dos aproximadamente 76 mil professores do Quadro Próprio do Magistério (QPM), 9.550 mil foram afastados devido a transtornos mentais ou comportamentais, o que representa 12% do grupo efetivo (BEKI; ALBUQUERQUE, 2013).

Embora os resultados da pesquisa sobre a incidência de depressão não tenham sido significativos comparando-se com os de estresse, é possível observar que a faixa-etária mais afetada continua sendo entre os docentes mais velhos, principalmente entre 40-49 anos. Estes professores podem estar apresentando sintomas mais aparentes devido a um maior tempo enfrentando problemas relacionados a profissão como: o ambiente de trabalho, condições organizacionais, estabilidade no emprego, salário, relações sociais no trabalho, carga de trabalho, autonomia, reconhecimento e valorização profissional (GASPARINI; BARRETO; ASSUNÇÃO, 2005; BATISTA et al., 2010; SOUZA; COSTA, 2011).

De forma geral, conclui-se que há uma relação entre a atividade docente e o estresse ocupacional decorrente dela. Os efeitos da rotina deste profissional e de seus múltiplos deveres comprometem a saúde do profissional a longo prazo. Este estresse predispõe a um esgotamento evidenciado em alguns dos entrevistados, tornando-os suscetíveis a outras doenças como a depressão. É importante frisar que, embora tenham sido tomados todos os cuidados possíveis o desen-

volvimento deste estudo sofreu algumas limitações. Primeiramente, não foi possível aplicar todos os questionários em todos os colégios estaduais da cidade devido ao prazo curto e a falta de disponibilidade de datas para ser feita a pesquisa. Além disso, alguns diretores optaram por entregar os questionários aos professores no período em que estes estariam de hora-atividade, não sendo possível aplicar o estudo com todos os docentes ao mesmo tempo e explicar e/ou tirar dúvidas sobre os questionários, já que podem ocorrer interpretações equivocadas de questões, além do reduzido controle da veracidade das respostas. Nestes casos, foram explicadas todas as informações possíveis aos diretores e feito o pedido para que estes repassassem aos docentes. Outra limitação importante foi a baixa taxa de retorno dos questionários entregues aos colégios.

Conclusão

Encontrou-se neste trabalho um grande número de docentes estressados. Dos 106 professores, 46,2% sofrem de estresse, o que os deixa suscetíveis a desenvolver outras doenças como a depressão. Embora os resultados obtidos na pesquisa sobre depressão não tenham sido elevados, é necessário que se tenham medidas preventivas pois existe uma tendência ao desenvolvimento dessa doença. Nas bibliografias consultadas, observa-se que a categoria profissional docente tem adoecido cada vez mais e que o processo de morbidade precisa ser esclarecido e enfrentado de modo adequado. Estes resultados devem fazer-nos refletir sobre as condições em que os professores exercem as suas funções e que as instituições escolares e autoridades reflitam sobre quais estratégias seriam mais eficazes na resolução dos problemas. Seria interessante a aplicação de outros questionários, que abordassem mais especificamente a visão do profissional sobre seu trabalho, para que fosse possível obter resultados mais direcionados e assim agir de forma mais efetiva. Desta forma, sugere-se que as escolas e as autoridades responsáveis considerem os resultados desta pesquisa, uma vez que a maioria dos participantes ainda apresentam grau leve de estresse e depressão, podendo este quadro ser revertido a partir da implantação de medidas de caráter organizacional como: redução de alunos em sala de aula, limitação efetiva do número de horas de trabalho por semana e apoio diferenciado aos professores em função da idade, além de medidas relacionadas à saúde física do docente. É extremamente necessário que estas doenças sejam levadas à sério e serem devidamente tratadas, pois representam um perigo tanto para o docente quanto para o bom funcionamento da educação em geral.

Referências

- AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION. **Manual diagnóstico e estatístico de transtornos mentais - DSM-5**. 5. ed. Porto Alegre: Artmed, 2014.
- AMORIM, A. F. A. et al. A influência dos fatores emocionais na vida profissional dos professores. **Relatório de Pesquisa**. Campina Grande – PB, 2013.
- APÓSTOLO, J. L. A. et al. Depressão, ansiedade e estresse em usuários de cuidados primários de saúde. **Rev. Latino-Am. Enfermagem**, v. 19, n. 2, p. 348 – 353, 2011.
- BATISTA, J. B.V.; CARLOTTO, M. S.; MOREIRA, A. M. Depressão como Causa de Afastamento do Trabalho: Um Estudo com Professores do Ensino Fundamental. **Psico**, v. 44, n. 2, p. 257-262, 2013.
- BATISTA, J. B.V. et al. Prevalência da Síndrome de Burnout e fatores sociodemográficos e laborais em professores de escolas municipais da cidade de João Pessoa, PB. **Revista Brasileira de Epidemiologia**, v. 13, n. 3, p. 502-512, 2010.
- BECK, A. T. et. al. An inventory for measuring depression. **Archives of General Psychiatry**, v. 4, p. 561-571, 1961.
- BEKI, I. V.; ALBUQUERQUE, G. S. C. **APP e UFPR promovem pesquisa sobre sofrimento docente**, 2013. Disponível em: <<http://www.appsindicato.org.br/Include/Paginas/artigo.aspx?id=8545>>. Acesso em: 27 de Setembro de 2014.
- BRAUN, A. C.; CARLOTTO, M. S. Síndrome de Burnout: estudo comparativo entre professores do Ensino Especial e do Ensino Regular. **Revista Quadrimestral da Associação Brasileira de Psicologia Escolar e Educacional**, v. 18, n. 1, p. 125-133, 2014.
- BRASIL. Ministério da Saúde. Conselho Nacional da Saúde. **Resolução nº 196 de 10 de outubro de 1996**. Aprova diretrizes e normas regulamentadoras de pesquisas envolvendo seres humanos. Brasília, DF, 10 out. 1996.
- BRASIL. Lei no 9394, de 20 de Dezembro de 1996. Estabelece as diretrizes e bases da educação. **Diário oficial [da] República federativa do Brasil**, Brasília, DF, 20 dez. 1996.
- CARLOTTO, M. S.; Síndrome de Burnout: diferenças segundo níveis de ensino. **Psico**, v. 41, n. 4, p. 495-502, 2010.
- CARLOTTO, M. S.; PALAZZO, L. S. Síndrome de *burnout* e fatores associados: um estudo epidemiológico com professores. **Cad. Saúde Pública**, v. 22, n. 5, p. 1017-1026, 2006.
- FIORIN, G. S.; MESSIAS, J. C. C.; BILBAO, G. G. L. O retorno de professores ao trabalho após afastamentos por licença-saúde. **Revista Sul Americana de Psicologia**, v. 1, n. 2, 2013.
- GASPARINI, S. M.; BARRETO, S. M.; ASSUNÇÃO, A. A. O professor, as condições de trabalho e os efeitos sobre sua saúde. **Educação e Pesquisa**, v. 31, n. 2, p. 189-199, 2005.
- GIAVONI, A.; MELO, G. F.; PARENTE, I.; DANTAS, G. Elaboração e validação da Escala de Depressão para Idosos. **Cad. Saúde Pública**, v. 24, n. 5, p. 975-982, 2008.

- GOMES, A. R. et al. Stress ocupacional no ensino: um estudo com professores dos 3º ciclo e ensino secundário. **Psicologia & Sociedade**, v. 22, n. 3, p. 587-597, 2010.
- GORESTEIN, C.; ANDRADE, L. Inventário de Depressão de Beck: propriedades psicométricas da versão em português. **Rev. Psiq. Clín.**, v. 25, n. 5, p. 245-250, 1998.
- HADI, A. A. et al. Prevalence and factors associated with stress among secondary school teachers in Kota Bharu, Kelantan, Malaysia. **Southeast Asian J Trop Med Public Health**, v. 40, n. 6, p. 1359 – 1370, 2009.
- JARDIM, S. Depressão e trabalho: ruptura do laço social. **Rev. bras. Saúde ocup.**, v. 36 n. 123, p. 84 – 92, 2011.
- JUNIOR, E. G.; LIPP, M. E. N. Estresse entre professoras do ensino fundamental de escolas públicas estaduais. **Psicologia em Estudo**, v. 13, n. 4, p. 847-857, 2008.
- LEITE, M. P.; SOUZA, A. N. **Condições do trabalho e suas repercussões na saúde dos professores da educação básica no Brasil - Estado da Arte**. São Paulo: Fundacentro, 2007. 115 p.
- LEMOS, J. C. G. **Do encanto ao desencanto, da permanência ao abandono: o trabalho docente e a construção da identidade profissional**. 2009. 315 f. Tese (Doutorado). Pontifícia Universidade Católica de São Paulo, São Paulo, 2009.
- MARTINS, M. G. T. Sintomas de Stress em professores brasileiros. **Revista Lusófona de Educação**, n. 10, p. 109-128, 2007.
- MONTEIRO, J. K.; DALAGASPERINA, P.; QUADROS, M. O. **Professores no limite: o estresse no trabalho do ensino privado no Rio Grande do Sul**. 1. ed. Porto Alegre: Carta Editora & Comunicação Ltda., 2012. 64 p.
- MOREIRA, P. A. S. et al. Development and evaluation of psychometric properties of an inventory of teachers' perceptions on socio-emotional needs. **Psicol. Reflex. Crit.**, v. 26, n. 1, p. 67 – 76, 2013.
- MUROFUSE, N. T.; ABRANCHES, S. S.; NAPOLEÃO, A. A. Reflexões sobre estresse e burnout e a relação com a enfermagem. **Rev. Latino-Am. Enfermagem**, v. 13, n. 2, p. 255 – 261, 2005.
- NARDI, A. E. Depressão no ciclo da vida. **Revista Brasileira de Psiquiatria**, v. 22, n. 3, p. 149 – 152, 2000.
- NASCIMENTO D. C. D.; BRITO M. A C.; SANTOS A. D. Depressão em idosos residentes em uma instituição asilar na cidade de Juazeiro do Norte, Ceará, Brasil. **J. Manag. Prim. Health Care**, v. 4, n. 3, p. 146 – 150, 2013.
- PITCHOT, W. et al., Recovering from depression: a matter of objective and determination. **Revue Medicale de Liege**, v. 65, n. 5 – 6, p. 370 – 380, 2010.
- SANTOS, M. N.; MARQUES, A. C. Condições de saúde, estilo de vida e características de trabalho de professores de uma cidade do sul do Brasil. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 18, n. 3, p. 837 - 846, 2013.
- SERVILHA, E. A. M.; PEREIRA, P. M. Condições de trabalho, saúde e voz em professores universitários. **Rev. Ciênc. Méd.**, v. 17, n. 1, p. 21 - 31, 2008.
- SOUZA, J. C.; COSTA, D. S. Qualidade de vida de uma amostra de profissionais de educação física. **J. bras. psiquiatr.**, v. 60, n. 1, p. 23 – 27, 2011.
- TORQUATO, J. A. et al. Avaliação do estresse em estudantes universitários. **Revista Inter Science Place**, v. 3, n. 14, p. 140 - 154, 2010.
- ZORKOT, L. Estresse ocupacional e a atividade docente. **Conexão ciência (Online)**, v. 6, n. 2, p. 82-96, 2011.
- WHO - World Health Organization. **International Classification of Diseases (ICD-10): Clinical Descriptions and Diagnostic Guidelines**. 4. Ed. Geneva, 1992. 362 p.

Recebido: 22/09/2014

Aceito: 20/03/2015